令和7:	年度	12月0at	ひんだて		高崎学校給食センタ			しょうゆ
□ • 曜	こんだて名 マヨネーズパン	だっしふんにゅう(乳)	熱や力になるもの(黄) こむぎこ(小麦) ショートニング さとう	体の調子をととのえるもの(緑)		エネルギー(小) エネルギー(中)		大豆小麦塩
1	コーンポタージュ	ベーコン	卵不使用マヨネーズ (大豆) じゃがいも	たまねぎ にんじん コーン パセリ	コーンポタージュ(乳 小麦 豚 鶏) 白ワイン	640	おりん もち米 米こうじ 郷郷 藤準フルコール	酒 加塩清酒 醸造アルコール _{+伝}
月	キャベツのソテー	「ぶたにく(豚)	さとう バター (乳)	キャベツ にんじん ピーマン	塩 調味料(大豆) 塩 こしょう(大豆) 塩 こしょう(大豆) しょうゆ(小麦 大豆)	812	糖類 醸造アルコールみそ	ガラスープ
	てづくりココアむしパン	デーリインテー ぶたにく(豚) ぎゅうにゅう(乳)	さとう ホームケーキミックス(小麦 乳)		塩 香辛料 :		大麦大豆塩水あめ	
	ごはん	ギュンにノ (井) みキビング (十一)	さとう サラダあぶら (大豆) こめ さとこ	たまわず <i>に</i> ル ル ル ト ト ト ト ト ト ト ト ト ト ト ト ト ト ト ト		607	赤ワイン	こしょう 大豆粉 黒こしょう 大麦粉
	92152	ぎゅうにく(牛) やきどうふ(大豆)	さとう	はくさい いとこんにゃく ねぎ	しょうゆ(小麦・大豆) 酒	001	ケチャップ	
ベジかつのひ		ナー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		えたまめ(大豆) さゅつり にんじん	ごましょうゆドレッシング(小麦 大豆 ごま) 野菜スープ 塩	755	トマト 砂糖 ビネガー 塩 オニオン 香辛料	# *** アルコール 酒粕 塩
3	はるさめスープ	ぎゅうにゅう(乳) だっしふんにゅう(乳)	こむきこ(小麦) さとっ ショートニング はるさめ	たまねぎ しいたけ にんじん はくさい	塩イーストガラスープ (鶏)しょうゆ (小麦 大豆)中華スープ (大豆 鶏 豚 ごま)塩	608		- (ソース)
7 K	とりにくとさつまいものオーロラあえ	ベーコン にがたにく(豚) とりにく(鶏)	さとう さつまいも だいずあぶら (大豆)		塩 調味料(大豆)	772		少糖液糖 ビネガー 塩 ト カラメル色素 調味料
	ごはん	みそ (大豆)	でんぷん さとう こめ		ケチャップ			ス (ソース)
4	とんこつに	ぶたにく(豚) あつあげ(大豆) なんこつ みそ(大豆) なんこつ(豚) みそ(大豆)		だいこん にんじん こんにゃく しょうが しょうが	酒 しょうゆ (小麦 大豆) 酒 みりん しょうゆ (小麦 大豆)	599	ビーフエキス砂	# ワイン 塩 香辛料 調味料 酸味料
*	マロニーサラダ	わかめ , いとかまぼこ	マロニー さとう ごまあぶら (ごま) ごま (ごま)	きゅうり	しょうゆ(小麦 大豆) 酢	742	カし	·一ルウ
	ハヤシライス	上たら ほき ぶたにく (豚)	さとう でんぷん こめ むぎ	たまねぎ にんじん しめじ	塩 発酵調味料 ガラスープ (鶏) ハヤシルウ (小麦 大豆)		ぶどう糖 オニオンパウ	x油 塩 力 一 ダー(大豆) ガーリック 素 文型 カラメルタ素
5				グリンピース	デミグラス (小麦 豚 牛 大豆) ウスター 赤ワイン ケチャップ	584	なたね油とうもろこ	ー 香辛料 カラメル色素 しでん粉 デキストリン Fス ローストキャベツ
金	レモンあえ	ー しのでにく(豚)	さとう	キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ(小麦 大豆) 酢 レモン汁 塩 調味料(大豆) ;	726	*	スープ
8	ミートボールのトマトに	だっしふんにゅう (乳) だいず (大豆)	こむぎこ(小麦) さとう ショートニング こめこ じゃがいも		塩 イースト 洋スープ(大豆 豚 ゼラチン) 赤ワイン		塩砂糖ぶどう糖豚脂	コーンスターチ でんぷん 乳酸発酵酵母エキス
		ミートボール	. – – – – – – – – – – – – – – – – – – –		ウスター ケチャップ 塩 こしょう(大豆) デミグラス(小麦 豚 牛 大豆)	596	乳酸発酵トマトエキス	デキストリン かつおエキス 一 一 一 一 一
月	スイートポテトサラダ	! ぎゅうにく(牛) とりにく(鶏) ぶたにく(豚) ロースハム	パンこ(小麦) でんぷん さとう さつまいも ノンエッグマヨネーズ(大豆)	たまねぎ きゅうり にんじん	しょうゆ (小麦 大豆) 塩 香辛料 塩 こしょう (大豆)	756	中華	スープ
9	ごはん	しぶたにく(豚)	さとう こめ		塩。調味料(大豆);		ガーリック 魚醤パウダ	こんぱく加水分解物 オニオン 酵母エキス ジンジャー
火ウドル	いわしおかかに さといものでんがく	! いわし かつおぶし みそ (大豆)	さとう でんぷん さといも さとう ごま (ごま)		しょうゆ (小麦 大豆) みりん 塩 みりん	592		しょう 乳酸発酵酵母エキス キンパウダー カラメル色素
宮崎県の郷土料理	けんちんじる	とりにく(鶏)とうふ(大豆)		しいたけねぎ	かつおだし しょうゆ (小麦 大豆) 酒 塩	731		ンソメ
10	こくとうパンはくさいのクリームに	だっしふんにゅう(乳) とりにく(鶏) ぎゅうにゅう(乳)	こむぎ (小麦) さとう ショートニング こくとう じゃがいも	たまねぎ にんじん パセリ	塩 イースト シチュールウ(小麦 乳 大豆 豚) 塩 ホロイトルウ(小麦 乳 大豆 簓) 塩	588	ぶどう糖酵母エキ	麦芽糖 チキンエキス ス たんぱく加水分解物 砂糖 魚醤パウダー 香辛料
力	かみかみサラダ	なまクリーム(乳)	さとう ごま(ごま) ごまあぶら(ごま) ノンエッグマヨネーズ(大豆)		ホワイトルウ(小麦 乳 大豆 鶏) こしょう(大豆) 酢 しょうゆ(小麦 大豆)	746		香辛料抽出物酸味料ポタージュ
11	げんりょうごはん (2割減) キムチじる	ぶたにく(豚) とうふ (大豆)	こめ さといも	にんじん こんにゃく	あじごだし		スイートコーンパウダー	デキストリン加工油脂
木	からあげ	みそ(大豆) とりにく(鶏)	でんぷん だいずあぶら (大豆)	キムチ(大豆)にら	卸にんにく 卸しょうが 酒 しょうゆ (小麦 大豆)	695		まお乳 豚脂 砂糖 全粉乳 またてエキス 香辛料 調味料
縄瀬小	ハムサラダ	ー ロースハム ぶたにく (豚)	さとう	キャベツ きゅうり コーン	たまねぎドレッシング (小麦 大豆 豚) 塩 調味料 (大豆)	820		マシルウ 塩 砂糖 トマト オニオン
リクエスト	チョコクレープ ごはん		チョコクレープ (大豆) こめ					カラメル色素 酵母エキス
12	とりにくとじゃがいものいそに	とりにく(鶏) ひじき てんぷら あつあげ(大豆) ぎょにく	じゃがいも さとう でんぷん さとう なたねあぶら	にんじんえだまめ(大豆)	和風だし 酒 しょうゆ (小麦 大豆) みりん 塩 :	617	シチ パーム油 なたね油 ハ	ュールウ い麦粉 でんぷん ミルク
金	ブロッコリーのツナサラダ	しまぐろ			クリーミーごまドレッシング(小麦 大豆 ごま) 野菜スープ 塩 ¦	763		ベツ ポーク 加工油脂 化剤 香料 カロチン色素
15	げんりょうコッペパン たかなスパゲティ	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦) さとう ショートニング スパゲティ(小麦) サラダあぶら(大豆)	たまねぎ にんじん たかなづけ	塩 イースト しょうゆ (小麦 大豆) みりん	564		イトルウ 由 砂糖 塩 チキンエキス
		ベーコン ぶたにく(豚)	ごまあぶら (ごま) さとう		塩 調味料(大豆) 塩 こしょう(大豆)	727		オンガーリック香辛料
	ナースサラタ	チーズ(乳) しっスハム しいぶたにく(豚)		きゅうり キャベツ にんじん コーン	塩調味料(大豆)		白ワイン	和 風だし
16	りんごジャム ごはん エストススススカ		りんごジャム (りんご) こめ 				一がどう果汁アルコール	
火ひむかのひ	ほくとみそいためのっぺいじる	ぶたにく(豚) とりにく(鶏) とうふ(大豆)	さといも でんぷん		北	575		グ) マヨネーズ ^{ム油} 酢 水あめ 大豆粉 塩
47	ミルクパン				l l	713	植物性たん白 香辛料	レモン果汁 こんにゃく粉
	ホキフライ	ホキ あおさ	パンこ(小麦) こむぎこ(小麦) でんぷんだいずあぶら(大豆)		塩。香辛料、大豆たんぱく(大豆)	576		トみそ トうゆ ごま油 にんにく
水	そえやさい チーズのふわふわたまごスープ		じゃがいも でんぷん パンこ (小麦)	たまねぎ にんじん パセリ	青じそドレッシング(小麦 大豆) ガラスープ(鶏) 塩 しょうゆ(小麦 大豆)	732		かの爪かつお節かつおミノ酸は味料香料
18	ガパオライス	チーズ(乳) ぶたミンチ(豚)	こめ むぎ サラダあぶら(大豆) さとう		洋スープ (大豆 豚 ゼラチン) こしょう (大豆) 卸にんにく 酒 みりん オイスターソース しょうゆ (小麦 大豆) 塩 こしょう (大豆)	580		ごまドレッシング
木	ウインナーとはくさいのスープ	・ ウインナー ぶたにく(豚)	リフタめいら (人豆) さこう じゃがいも さとう		しょつゆ (小麦 人豆)	723		ごま塩ホワイトペッパー
19	ごはん カレーうどん	らいこと (豚)	こめ	たまねぎ にんじん ねぎ	塩 音干科 しょつゆ (723 654	ぶどう糖果糖液糖し	ショシング シょうゆ 酢 かつお節
余	はくさいのマヨネーズあえ	あぶらあげ(大豆)	さとう ごま (ごま)		カレールウ(小麦 大豆) しょうゆ(小麦 大豆)	816		昆布だし 白菜エキス
<u>~1/</u>		ー ニー・ボルー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ノンエッグマヨネーズ (大豆) さとう		塩 調味料 (大豆) :			ドレッシング
22 =	こくとうパン かぼちゃのシチュー	だっしふんにゅう(乳) とりにく(鶏) ぎゅうにゅう(乳)	こむぎ(小麦) さとう ショートニング こくとう じゃがいも		塩 イースト シチュールウ(小麦 乳 大豆 豚) 塩	604		植物油脂 玉ねぎかつおだし にんにく
冬至の	ほうれんそうのソテー	なまクリーム(乳)	バター (乳)	かぼちゃ	カフィールフ(小支 乳 八豆 脇) 塩 ホワイトルウ(小麦 乳 大豆 鶏) こしょう(大豆) しょうゆ(小麦 大豆) 塩	767		うゆドレッシング
行事食	クロフランショフ	ベーコン	さとう こめ		<u>いる フツ (小名 - 八豆)</u> 塩 - 調味料 (大豆) 洋スープ (大豆 豚 ゼラチン)	. • •		糖果糖液糖 なたね油 調味料 ごま 香辛料
23	チキンカツ	こうにく (パンこ(小麦) こむぎこ(小麦) あぶら(大豆)		ウスター ケチャップ 塩 こしょう (大豆) 塩 香辛料 調味料	636		ターソース
义	やさいスープ		バッと (小夏) ともと (小夏) めぶら (八豆) だいずあぶら (大豆) じゃがいも		カラスープ(鶏) コンソメ(鶏 豚)	771	かきたん白加水	かき 魚醤) 砂糖 分解物 こんぶエキス 塩 酒精 加工でん粉
クリスマスの 行事食		バーコン ぶたにく(豚)			カノスーノ (コクレープ
	クリスマスケーキ チーズパン	<u>に 131/こにへ(跡)</u> だっしふんにゅう(乳) こなチーズ(乳)	クリスマスケーキ (大豆) こむぎこ (小麦) さとう ショートニング		塩 イースト		豆乳 加工油脂(ヤ	シ、菜種)砂糖米粉
24		ぶたにく(豚)とうふ(大豆)	さとう でんぷん ごまあぶら (ごま)		ガラスープ (鶏) しょうゆ (小麦 大豆) 卸にんにく 卸しょうが 酒	554		水あめ ココアパウダー
7K	キャベツのおかかあえ	かつおぶし ちくわ	さとう		中華スープ (大豆 鶏 豚 ごま) しょうゆ (小麦 大豆)	702		スマスケーキ - 1 時 (ヤミバ油・
● 牛乳は後	毎日つきます。 ② 点線のス		でんぷん さとう しょくぶつゆし)原材料です。 © 食材の横に() 書き	きでアレルギー表示を行っています	す。			部(ヤシ油・菜種油) め 大豆粉 加工でん粉
	ミセンターの取組】	をの量は350gです。130g以上の <u>9</u>	野並を估った武士の口を 「べごチの口。	レー,で紹介し,キオ	たがわせい十キャルフ	木~	ームケーキミックス	卵不使用マヨネーズ (パン用)
		との重は300gで9。「30g以上の 3は「ひむか地産地消の日」です。	らう から よう たま よう に まず よう に は に は に は に に に に に に に に に に に に に	して、一つこうことのとの	◎ 食べやすい大きさにして、		麦粉 砂糖 でん粉 分末油脂 ぶどう糖	なたね油 大豆油 酢 塩 砂糖 植物性たん白

塩砂糖植物性たん白

香辛料 調味料

脱脂粉乳 食塩 膨張剤

た よくかんで食べましょう。

※ 食材入荷の都合により、献立及び食材を変更する場合があります。その際は事前にお知らせします。

鶏肉、豚肉、にんじん、だいこん、さといも、ねぎ、キャベツ、ピーマンが宮崎県産の食材になります。